

专家寄语：考研学子最后一月必看冲刺秘籍 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/390/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_E5_AF_84_E8_c73_390669.htm

2007年的12月，岁末寒冬，北京的第一场大雪还没有到来，空气中弥漫着萧瑟的氛围；而对于还在学校坚持考研学子来说，心却是热的，一如奥运前夕的赛场，热气腾腾，波涛暗涌。一方面是各大名企校园宣讲会的搅动，高薪的诱惑让人炫目心动；另一方面，经历了这么长时间的坚持，如高考般的煎熬总算要到尽头了，考研前的激动让有些考生的心态开始浮躁而不能自抑，时间越近越恨不得明天考试就好，当作任务应付了事，可以不再去管自己到底复习得如何。所谓“行百里者半九十”，所以越是这样的关键时刻，越需要所有考生都静下心来来认真面对，多想想古往今来做大事者的处变不惊，真正的学习和考试来不得半点浮躁浮躁容易蒙住人的眼睛，忽视一些攸关要害的细节，如果不注意控制，甚至可能导致半年的复习前功尽弃。所有考研学子在这最后的一个月，需要做的就是保持心态的平和，冷静地对考试所要求掌握的知识进行一系列的检讨，查缺补漏，对比分析，找出各科弱项中可以最短时间投入、最快提高分数的知识点进行学习，以期通过最小的时间成本投入获得最大的分数收益。那么，具体来说，对于最后这么一个关键的时期，我们该如何去度过呢？一、抵制诱惑，调整好心态，让浮躁的情绪重回平静随着考试的临近，浮躁心态会让考生无法静心学习，耽误学习时间，一旦把握不好，就会形成一种恶性循环。时间越近，越浮躁，越看不了书，越看不了书感觉时间越紧，时间越紧越感觉手足

无措、理不出头绪，越感到浮躁，如此循环，考生则会在一种很痛苦的煎熬中度过余下宝贵的时间，直到进入考场。果真如此，则近一年的艰苦备考就完全毁在不良心态上了，实在让人叹息。那么如何克服这样一种不良的浮躁心态呢？首先，做好内部控制，要保持乐观积极的态度。无论你选择的目标的难易程度怎样，无论你考上的可能性大小怎样，无论你在备考时所处环境的优劣程度怎样，你都要尽量的做到乐观的看待这件事。如果感觉自己的压力过大，不妨在心里给自己设计好考研后的退路，这样学习压力会明显减小的，心态也会轻松许多。如果你感到自己学的不大好，就想别人可能和自己差不多，因为大家复习的时间都是差不多的，智力水平也是差不多的，即使有差距也是有会赶上的。如果复习的不是太充分，就想还不一定考什么题呢，说不定只考自己复习到的呢，万一上帝怜悯，幸运之神降临，还能撞进去呢！这不都是可能的吗？作一个乐观向上的人，这样你赢的机会才会大！其次，浮躁的心态多半来自于外界诱惑的搅动。一般来说，每年从11月份开始，各大知名企业就陆续启动了校园招聘宣讲，接下来就有找到好工作的同学炫耀，新一轮读研无用论的传播……所有这一切，都会让人心情躁动不安。此时，我只想告诉所有考研学子：相信自己，选择了，就一定坚持下去！所有与工作相关的机会，不会因为你这个月对学习的努力而一去不复返；好工作的机会几乎月月都有，而考研的时间一旦错过，你必须等待又是一年的煎熬、甚至是一生的遗憾。考研是我们改变一生命运最有效的途径之一，所以在此人生转折的关键时刻，我们要尽可能的排除外界事务干扰，包括减少交友、会友次数，保持心如止水，不

骄不愠，减少心理波动因素。二、理清学习的头绪，制定切实可行的学习计划 进入了12月份，绝大部分考生已经完成了基本知识点的复习，此时容易进入一种迷茫困惑期：感觉自己好像什么都会又好像什么都不会；从头开始感觉时间来不及，不从头开始好像学习又无从下手；每个知识点好像挺熟又好像不太熟，困惑中，惶惶然，不知所措；于是干脆埋头做题，来麻木自己。考生如何走出这样一种困惑呢？首先，让自己的心情平静下来，对照各个科目冷静的分析，找出自己的弱项；结合自己的学习情况，放弃自己无法掌握的考试难点内容，不再去想它，因为这么长时间的学习都没有好好的掌握，不可能期待在这么短的时间里奇迹发生。强化自己已经掌握的内容，确保自己掌握的考试内容能拿到100%的得分，努力提高那种只是中等掌握程度的知识点。所以最后冲刺阶段的整体战略应该是：放弃难点、巩固基础。其次，根据这个战略标准，清晰的理出每科复习要点，制定可行的巩固计划。在此，根据我们多年的研究给出考生一个12月份到考前的一个科学的复习计划建议。

1、数学 数学现阶段最有效的方法是通过套卷的模拟来查缺补漏，一方面可以让自己提前找到考试的感觉，培养良好的应试状态；另一方面，由于模拟套卷能一次涵盖绝大部分知识点的考查，所以每做一套，我们就可以对自己的弱项知识点做一个系统的检查，然后有针对性的对有问题的知识点做巩固复习。做套题模拟一定要注意以下几点： 必须定时（3h/套），真刀真枪地模拟考场上的情况。不做套题你或许不能理解，脑袋高强度地运转3个小时，还是非常耗费体力的。有人说，如果考研前没有足够的训练，连续4科的考试，首先在体能上很难坚持下

来，即使“坐”下来了，也很难保证状态。很多学员第一次做完套题时，走路时都有一种轻飘飘的感觉，确实感觉很累；但锻炼多了，坐3个小时也就成为一种习惯了。必须在到点时停止答题，然后对照答案给自己打分。这样才能够更加清楚地了解自己的情况，给自己压力。每套模拟题完成后，安排足够的时间进行全面、系统、详细的总结，总结时间通常应该超过做题的时间，也就是超过3h。总结的过程，事实上就是知识在你大脑中有序地存储的过程。切忌草草看一遍答案，说声“原来如此”就结束了。如果这样对待，我相信有的题目你做到第3遍时也不一定能够充分掌握，最后的结果也许就是：你从考场下来的时候，和同学对过答案后也是那声“原来如此”，只不过可能再加上个“TMD”。

每做几套，也需要回头总结一下，自己在哪些知识点、哪些章节、哪种类型的题目中容易出问题，分析原因，制订对策。必要时，可以借助辅助资料进行专题训练，予以突破。做到以上几点，我相信每做完一套题都会有较大的收获。关于做套题的数量，应该根据自己各科实力分布和复习进展情况决定，并在复习过程中适当调整。推荐的是王式安《考研数学全真模拟8套题》或李永乐《考研数学400题》，这个数量本身可能有些多，考生可以根据自身情况进行选择其中的一本或两本。在套题的开始阶段，考生可能会发现做起来非常痛苦，小题（填空和选择）就要花八、九十分钟，剩下一半左右时间做大题，有的不会做，有的知道思路，但写不出来，好不容易遇到简单的，还可能算错……；同时，结果也是比较糟糕的，10套题平均在70多分，高的也只有90分左右。（认真经历过万学海文CES模考训练的同学可能例外。）

这种情况严重打击人的自信心，如何是好呢？这个时候一定要坚持，想一想这个时候做套题都只有这个水平，如果不继续加强的话，考试时就死定了。套题建议每本套题整体做完后要反复再重新做一两遍，直到自己能完全无误的完成全部试题为止。考生做到这样，考试分数超过120分应该是没有任何问题了。

2、英语 英语现阶段应该做到三点： 强化词汇的记忆，词汇作为整个英语学习的基础，而且对于一些突击记忆的考生来说，一旦搁置就很容易遗忘。因此，词汇的记忆现阶段一定要保持连续记忆。 作文是英语中最容易短期提高的学习项目，所以优美的考研范文和实用的万能模块记忆在现阶段必不可少。 作为最后冲刺的模拟套卷训练在现阶段也必不可少，时间紧张的时候，模拟套卷训练是最节省时间的一种整体复习方式。

3、政治 政治这个科目由于理解了知识点基本就可以作答，技术含量较低；而且三个小时的答题时间对一般的考生来说是足够充裕的，所以政治不用花太多时间用于模拟套卷的训练，而重在对本知识点的理解和答题方法上。考生这个阶段可尽量把时间花在对通过做有些单元的习题（最好选择只有客观题的习题）来巩固对知识点的掌握程度，然后在考前的大约15天左右好好的研究一下海文的《核心冲刺500题》和《最后成功三套题及18金鉴》，研究一下政治的解答题是如何作答的。

4、专业课 专业课重在梳理专业框架。由于一般专业课都是考大题，就是通过考大题的方式来联系实际，考察对专业的了解和掌握。所以现在不要再去死记硬背，应该静下心来，想一想这个专业自己都掌握了哪些大框架的知识，写在纸上，把专业知识系统起来。其实每个专业的精华就那么多，考试时把自己掌握的

专业精髓体现在卷面上，印象分就有了。阅卷老师在批卷子时，就是看考生的逻辑思维能力，考察是不是有悟性，将来好不好带。总的来说，每科的复习到现在都差不多了，就看你最后的点睛一笔出不出彩。点好这一笔，每一科再提高10分 - 20分都不成问题。最后，推荐一种科学的复习时间安排：

8：00-9：00 背英语作文 9：30-12：00 政治 12：00-14：00 午餐加午休 14：00-17：00 英语模拟套卷训练和分析（只限客观题，主观题可以看看思考一下即可） 18：00-22：00 数学套卷训练及分析或专业课（两个科目交替进行） 22：00-23：00 英语词汇的巩固记忆

2007年12月，北京的我们在期待着第一场漫天的大雪，我们在期待着那洁白的收获，相信经过这个冬天的考验，我们都将成为全新世界的一份子！ when you wake up, you are a part of a brand new world! 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com